

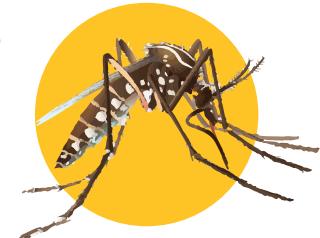
ZIKA

WHAT YOU NEED TO KNOW

For updates, check:
health.baltimorecity.gov/zika-virus
www.cdc.gov/zika

ZIKA BASICS:

- Zika is a virus spread through the bite of an infected mosquito or through unprotected sex and is linked to birth defects.
- Most people who are infected do not show symptoms, but can still pass the virus to others.
- **Symptoms include red eyes, joint pain, rash, and fever.**



PROTECT YOURSELF:

- Use insect repellent on anyone over the age of 2 months.
- It is safe to use insect repellent during pregnancy.
- Wear light weight, long-sleeved shirts and pants.
- Use condoms during sex to prevent the spread of Zika.

GET RID OF MOSQUITOS AT HOME:

- Use screens on windows and doors and repair any holes.
- Dump standing water inside and out, and cover trashcans.
- Eliminate standing water in your neighborhood. **If you can't eliminate it, call 311 to report it.**



KEEP IN MIND WHILE TRAVELING:

- Anyone who lives in or travels to an area with Zika can get the virus. If you are pregnant or want to get pregnant, do not travel to areas with Zika.
- Talk to your health care provider if you think you were exposed to Zika.
- Check cdc.gov/zika to see areas where Zika is spreading.
- Protect yourself from mosquito bites if you travel and for 3 weeks after you return.

When you return, even if you don't show symptoms:

- Men — use condoms for at least 6 months.
- Women — use condoms for at least 8 weeks; if pregnant, use condoms for the rest of your pregnancy.

ZIKA

LO QUE NECESITA SABER

Para actualizaciones:
health.baltimorecity.gov/zika-virus
www.cdc.gov/zika

ACERCA DEL VIRUS DE ZIKA:

- El zika es un virus que se propaga por la picadura de un mosquito infectado o a través del sexo sin protección y se ha asociado al zika con defectos de nacimiento.
- Muchas personas infectadas con el virus del Zika no tienen síntomas.
- **Los síntomas del zika incluyen ojos enrojecidos, dolor en las articulaciones, sarpullido, y fiebre.**



PROTÉJASE DE LOS MOSQUITOS:

- Use repelente de insectos en personas mayores de 2 meses de edad.
- Es seguro usar para mujeres embarazadas.
- Use ropa liviana, camisas de mangas largas y pantalones largos.
- Use condones durante las relaciones sexuales para prevenir la propagación del zika.

ELIMINE LOS MOSQUITOES DE LA CASA:

- Use mallas en las ventanas y las puertas. Repare cualquier agujero.
- Elimine el agua estancada dentro y fuera de la vivienda y tape los recipientes de basura.
- Elimine el agua estancada en su vecindario. **Si no puede eliminarla, llame 311 para reportarla.**



TENGA EN CUENTA CUANDO VIAJE:

- Cualquiera que viva en o viaje a un área con zika puede contraerlo.
- Consulte con su médico si cree que ha estado expuesto al virus del Zika.
- Consulte cdc.gov/zika para las áreas donde se propaga el zika.
- Protéjase de picaduras de mosquitos si viaja y por 3 semanas después de su regreso.

Cuando regrese, aunque no tenga síntomas:

- Hombres— usen condones durante 6 meses como mínimo.
- Mujeres — usen condones durante 8 semanas como mínimo; si está embarazada use condones durante el embarazo.